

## ABSTRAK

### **PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP KEJADIAN *FATIGUE* PADA PASIEN YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RSI SAKINAH MOJOKERTO**

**Oleh : Risa Dwi Apriliyanah**

*Fatigue* adalah gangguan fisik dan mental yang terjadi dalam waktu lama dan tidak membaik meskipun telah beristirahat, Bila *fatigue* tidak di atas i dapat dapat memengaruhi kemampuan konsentrasi, proses berpikir, berhubungan sosial, serta dapat menurunkan kualitas hidup pasien. Desain penelitian ini menggunakan *Pre Eksperimental* dengan rancangan *one group pre test dan post test design*. Teknik Sampling yang di gunakan adalah *Consecutive Sampling* dengan jumlah sampel 32 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan di analisis menggunakan uji *Marginal Homogeneity*. Sebelum di berikan intervensi sebagian besar responden mengalami *fatigue* sedang, sedangkan setelah di berikan intervensi terjadi penurunan tingkat *fatigue* menjadi *fatigue* ringan pada sebagian besar responden. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh *deep breathing exercise* terhadap kejadian *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisa, dengan adanya nilai *P-Value* ( 0,000 ), Nilai *P-Value* < ( 0,05 ). Terdapat pengaruh *Deep Breathing Exercise* terhadap kejadian *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisa di RSI Sakinah Mojokerto. *Deep Breathing Exercise* terbukti efektif dalam menurunkan tingkat *fatigue* pada pasien yang menjalani hemodialisa, karena *Deep Breathing Exercise* menstimulasi saraf parasimpatik sehingga tubuh lebih rileks dan suplai oksigen meningkat, membantu untuk meningkatkan produksi energi sehingga *fatigue* dapat menurun.

**Kata kunci : *Deep Breathing Exercise, Fatigue, Hemodialisa.***

BINA SEHAT PPNI

## ABSTRACT

### ***TO ANALYZE THE EFFECT OF DEEP BREATHING EXERCISE ON THE LEVEL OF FATIGUE IN HEMODIALYSIS PATIENTS AT RSI SAKINAH MOJOKERTO HOSPITAL***

***By : Risa Dwi apriliyanah***

*Fatigue is a physical and mental disorder that occurs over a long period and does not improve despite adequate rest. If not properly managed, fatigue can affect concentration, thinking processes, social interactions, and reduce patients' quality of life. This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sampling technique used was consecutive sampling with a total of 32 respondents. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the Marginal Homogeneity test. Before the intervention, most respondents experienced moderate fatigue, whereas after the intervention there was a decrease in fatigue levels, with most respondents experiencing mild fatigue. The results showed that deep breathing exercise had a significant effect on fatigue among patients undergoing hemodialysis, as indicated by a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). Therefore, deep breathing exercise was found to have a significant effect on fatigue in patients undergoing hemodialysis at RSI Sakinah Mojokerto. Deep breathing exercise is effective in reducing fatigue levels because it stimulates the parasympathetic nervous system, promoting relaxation and increasing oxygen supply, which helps improve energy production and consequently reduces fatigue.*

***Keywords: Deep Breathing Exercise, Fatigue, Hemodialysis.***



BINA SEHAT PPNI